



"Утверждаю"  
Директор МОБУ СОШ им.Г.Акманова д.Баишево  
Гумеров А.Г.

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд на 02.05 2023 года  
Рацион: Школьное меню

День: вторник

Неделя: 1

### Для обучающихся 1-4 классов и детей из ММС

| №<br>рец.        | Прием пищи, наименование блюда    | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |       |       | Энерге-<br>тическая<br>ценность<br>(ккал) |
|------------------|-----------------------------------|-----------------|----------------------|-------|-------|-------------------------------------------|
|                  |                                   |                 | Б                    | Ж     | У     |                                           |
| 1                | 2                                 | 3               | 4                    | 5     | 6     | 7                                         |
| Завтрак          |                                   |                 |                      |       |       |                                           |
| 308              | Птица, тушенная в соусе с овощами | 200             | 15                   | 26    | 18    | 352                                       |
| 431              | Чай с сахаром и лимоном           | 200             | 0                    | 0     | 14    | 58                                        |
| 3                | Хлеб пшеничный                    | 50              | 4                    | 0     | 25    | 118                                       |
| 442              | Сок                               | 200             | 1                    | 0     | 20    | 92                                        |
|                  |                                   |                 |                      |       |       |                                           |
| Итого за Завтрак |                                   |                 | 19,90                | 26,60 | 77,30 | 621,00                                    |

### Для детей с ОВЗ

| №<br>рец.     | Прием пищи, наименование блюда    | Масса<br>порции | Пищевые вещества (г) |       |        | Энерге-<br>тическая<br>ценность<br>(ккал) |
|---------------|-----------------------------------|-----------------|----------------------|-------|--------|-------------------------------------------|
|               |                                   |                 | Б                    | Ж     | У      |                                           |
| 1             | 2                                 | 3               | 4                    | 5     | 6      | 7                                         |
| Завтрак       |                                   |                 |                      |       |        |                                           |
| 308           | Птица, тушенная в соусе с овощами | 200             | 15                   | 26    | 18     | 352                                       |
| 431           | Чай с сахаром и лимоном           | 200             | 0                    | 0     | 14     | 58                                        |
| 3             | Хлеб пшеничный                    | 50              | 4                    | 0     | 25     | 118                                       |
| 442           | Сок                               | 200             | 1                    | 0     | 20     | 92                                        |
|               |                                   |                 |                      |       |        |                                           |
|               |                                   |                 | 19,90                | 26,60 | 77,30  | 621,00                                    |
| Обед          |                                   |                 |                      |       |        |                                           |
| 30            | Салат «Степной»                   | 60              | 0,90                 | 6,10  | 4,50   | 77,00                                     |
| 77            | Борщ с картофелем                 | 200             | 7,10                 | 8,80  | 11,70  | 149,40                                    |
| 209           | Макаронные изделия отварные       | 150             | 5,30                 | 4,50  | 32,50  | 187,30                                    |
| 259           | Гуляш                             | 90              | 12,80                | 15,70 | 2,80   | 195,60                                    |
| 402           | Компот из смеси сухофруктов       | 200             | 0                    | 0     | 21,80  | 86,20                                     |
| 3             | Хлеб пшеничный                    | 70              | 5,30                 | 0,40  | 35,10  | 165,80                                    |
| Итого за Обед |                                   |                 | 31,40                | 35,50 | 108,40 | 861,30                                    |
| Итого за день |                                   |                 | 51,30                | 62,10 | 185,70 | 1482,30                                   |

Заместитель директора по ВР

Повар

Душанбаева З.Р.

Ибрагимова Г.Х.